Отдушина
ГАЗЕТА РЕКЛАМНАЯ ДЛЯ ДОСУГА
Издатель УП "Газета Слонімская" Выходит один раз в неделю Основана 18 октября 2002 года
№36 (469) 28 августа 2013 года

На «Прысмакі на ўсё смакі» прыйшло шмат вяскоўцаў


Тры аматаркі–кулінары прадэманстравалі сваё майстэрства


На свята прыйшло шмат вяскоўцаў


Кулінарны шэдэўр

У вёсцы Сурынка Слонімскага раёна адбылося свята беларускай кухні пад назвай «Прысмакі на ўсё смакі».

На святе тры аматаркі-кулінары Таццяна Палупанава, Таццяна Аляксейчык і Ірына Янушэвіч прадэманстравалі прысутным сваё майстэрства.

Працяг на стар. 2

Путь к Богу

ОСОЗНАНИЕ СВОЕЙ НЕМОЩНОСТИ



Священник
Павел ФРАНТИЩИК

Дорогие друзья! На протяжении земной жизни многие из нас стремятся стать лучше, нравственно перевоспитаться, побороть в себе вредные привычки. Мы прилагаем много усилий в плане духовного совершенствования, но иногда вновь возвращаемся к тому, с чего начали. В такой ситуации у нас часто опускаются руки, ведь «земные» правила добиться успеха в каком-либо деле здесь не помогают, так как духовная жизнь имеет свои особые законы.

Например, часто кажется, что победить ту или иную страсть мы способны сами, достаточно приложить максимум усилий в верном направлении. Но духовная жизнь говорит нам об обратном: в основе христианской борьбы со страстями лежит не какой-либо прием, основанный на односторонних усилиях самого человека, а отрицание всякой самонадеянности и совершенное недоверие себе. «Никогда ни в чем не должно верить себе самим и надеяться на самих себя», — раскрывает основной принцип духовной брани преподобный Никодим Святогорец.

Почему же христианские подвижники настаивают на недоверии самому себе и осознании собственного ничтожества? Раскрываемое христианскими подвижниками учение о борьбе со страстными помыслами основано на вере словам Спасителя: «Без Меня не можете творить ничего» (Ин. 15:5). Поэтому когда мы осознаем свою немощность, когда мы настойчивы в исправлении и смиряемся перед Богом, тогда Господь протягивает нам руку помощи и помогает нам преодолеть вредную привычку.

Монах пришёл как-то к своему наставнику и говорит:

— Отче, сколько раз хожу я к тебе, каюсь в грехах, сколько раз ты наставлял меня советами, но я не могу исправиться. Какая мне польза приходить к тебе, если после наших бесед я снова впадаю во грехи свои?

Авва ответил:

— Сын мой, возьми два глиняных горшка — один с мёдом, а другой пустой.

Ученик так и сделал.

— А теперь, — сказал учитель, — перелей несколько раз мёд из одного горшка в другой.

Ученик снова послушался.

— Теперь, сынок, посмотри на пустой горшок и понюхай его.

Ученик посмотрел, понюхал и говорит:

— Отче, пустой горшок пахнет мёдом, и там, на донышке, осталось немного густого мёда.

— Вот так, — сказал учитель, — и мои наставления оседают в твоей душе. Если ты ради Христа усвоишь в жизни хоть часть добродетели, то Господь по милости своей восполнит их недостаток и спасёт твою душу для жизни в раю. Ибо и земная хозяйка не сыплет перец в горшок, который пахнет мёдом. Так и Бог не отринет тебя, если сохранишь в душе хоть начала праведности.

27.08.13



СЛОНИМЧАНЕ ПРОСТИЛИСЬ С ЛЕТОМ





АРТИСТЫ СОБРАЛИ ЗРИТЕЛЕЙ РАЗНЫХ ВОЗРАСТОВ





В микрорайоне Альбертин состоялось традиционное мероприятие «Праздник прощания с летом».

Главными гостями праздника были жители микрорайона.

В этот день артисты местной эстрады собрали зрителей разных возрастов и исполнили для них около двадцати номеров. Под весёлую музыку на концерте танцевали как взрослые, так и дети.

В завершение концерта состоялась дискотека для молодёжи.

Екатерина ЯНУШЕВИЧ
Фото автора



На празднике было многолюдно

На «Прысмакі на ўсё смакі» прыйшло шмат вяскоўцаў



Праводзілі майстар-клас

Працяг
Пачатак на стар. 1

Жанчыны не толькі прыгатавалі і паказалі сваe кулінарныя шэдэўры, для чаго выкарысталі мясцовую гароднiну і злакі, асабліва бульбу, буракі, грыбы, ягады і зёлкі, але і правялі майстар-клас.

Вос што яны распавялі пра сваё захапленне.

Ірына Янушэвіч:

—Я падрыхтавала ўпрыгажэнні на стол з прадуктаў, якія вырасціла на сваім агародзе. Такія ўпрыгажэнні я заўсёды рыхтую і на святочны стол у сябе дома.

Таццяна Аляксейчык:

—Я прыгатавала стравы з бульбы, бо лічыцца, што бульба — нацыянальная страва беларусаў. Больш за ўсё я люблю гатаваць клёцкі, начыненыя мясам.

Таццяна Палупанава:

— На свята беларускай кухні я прыгатавала хлеб і салодкую выпечку. Бо без хлеба нікуды. Ён павінен заўсёды прысутнічаць на любым стале і свяце.

Паралельна з выставай нацыянальных страў праходзіў канцэрт, падрыхтаваны мясцовымі артыстамі, працаваў выязны гандаль, а для дзяцей быў усталяваны надзіманы атракцыён.

Кацярына ЯНУШЭВІЧ
Фота аўтара

ПОИСК РАБОТЫ, ВАКАНСИИ

вакансии

ТРЕБУЕТСЯ сиделка, для ухода за пожилой женщиной, которая умственно и в движении не ограничена. Тел. 8-029-951-68-22, 8-029-680-76-35.

ТРЕБУЕТСЯ каменщик без вредных привычек. тел. 8-033-625-02-20.

ТРЕБУЕТСЯ сиделка по уходу за женщиной, работа по суткам. Тел. 2-39-20, 8-033-686-36-11.

ТРЕБУЮТСЯ подсобные рабочие. Тел. 8-029-624-61-49.

БРИГАДА строителей, для возведения хоз. построек. Тел. 8-029-347-98-98.

СТРОИТЕЛИ для укладки дорожного бордюра, фундамента, штукатурных работ. Тел. 8-044-773-01-02.

поиск работы

ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫЙ педагог, с высшим образованием, стажем работы, подготовит детей 5-7 лет к обучению в школе, чтению, грамоте, математике. Тел. 8-029-943-80-38 (Наталья).

ЖЕНЩИНА выполнит разовые работы, есть автомобиль. Тел. 8-029-998-30-02.

ИЩУ работу сиделки, домработницы. Тел. 8-029-281-51-28.

ИЩУ работу по внутренней и наружной отделке помещений. Тел. 8-044-750-38-83.

ИЩУ работу: кровельные работы, сайдинг, блок-хаус. Тел. 8-029-960-76-14.

ИЩУ работу, по всем видам внутренней отделки: плитка, откосы, ламинат, гипсокартон и др. Тел. 8-029-580-26-26, 8-044-551-86-16.

ИЩУ работу по подготовке детей 5-9 лет к школе, дополнительные занятия с детьми. Тел. 6-19-65, 8-029-317-20-79.

ИЩУ работу по внутренней отделке: шпатлевка, покраска, дверные и оконные откосы, обои и др. Тел. 8-033-393-21-47.

ИЩУ работу: репетиторство: немецкий язык, подготовка к ЦТ. Тел. 2-04-50, 8-033-325-80-09, 8-044-537-05-28.

ИЩУ работу по облицовке плиткой, шпатлевка под обои. Тел. 8-029-584-30-30, 8-029-909-21-70.

В НАЁМ

сдаю

ГАРАЖ, на ул. Мицкевича, можно под склад. Тел. 4-82-63, 8-029-883-95-66, 8-044-498-28-09.

КВАРТИРУ 2-комн., в р-не Альбертин, с мебелью, для семьи. Тел. 8-033-383-71-35.

сниму

КВАРТИРУ или дом на ул. Зеленой или ул. Синичкина, на 1 год, с частичной предоплатой и дальнейшей приватизацией, можно без приватизации. Тел. 8-029-281-81-94.

КВАРТИРУ или дом, на ул. Ружанской или на прилегающих к ней улицах, на 1 год, с частичной предоплатой и дальнейшей приватизацией, можно без приватизации. Тел. 8-029-382-44-50.

КВАРТИРУ, на ул. Брестской, или на прилегающих к ней улицах, на 1 год, с частичной предоплатой и дальнейшей приватизацией, можно без приватизации. Тел. 8-044-498-58-10.

КВАРТИРУ, молодая семья из 3 человек, на длительный срок, порядок и оплату гарантируем. Тел. 6-17-65, 8-029-178-95-44.

КВАРТИРУ 2-3-комн., на длительный срок, молодая семья банковских работников, порядок и оплату гарантируем, предоплата. Тел. 8-029-866-96-66.

ДОМ или квартиру, на длительный срок, семья из 3 человек, порядок и оплату гарантируем. Тел. 8-029-886-73-54, 8-029-793-52-01.

КВАРТИРУ, на длительный срок. Тел. 8-029-866-39-52.

КВАРТИРУ на длительный, срок молодая семья из 2 человек. Тел. 8-033-318-02-96.

КВАРТИРУ, дом, молодая семья из 3 человек, на длительный срок, своевременную оплату и чистоту гарантируем. Тел. 8-029-960-92-22.

КВАРТИРУ, семья из 2 человек. Тел. 8-033-656-16-78, 8-029-335-37-07.

КВАРТИРУ или дом, на длительный срок, предоплату и порядочность гарантирую, срочно. Тел. 8-044-559-32-37.

КВАРТИРУ, на длительный срок, в р-не Брестской, Ершова, Независимости, Энки, снимет семья из 3 человек, порядок и своевременную оплату гарантирую. Тел. 8-029-288-46-95, 8-029-686-90-41.

КВАРТИРУ, дом, на длительный срок, дорого, порядок и оплату гарантирую. Тел. 8-044-476-13-66, 8-029-323-64-45.

КВАРТИРУ 1-комн., в р-не Газопровод, Энка, на длительный срок, порядок и оплату гарантируем. Тел. 8-029-583-81-69, 92-3-19.

КВАРТИРУ 1-комн., на длительный срок, женщина с ребёнком, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-044-473-38-10.

КВАРТИРУ 1-2-комн., на длительный срок, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-029-882-72-81, 8-044-558-99-84.

КВАРТИРУ 1-2-комн., дом, на длительный срок, семья, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-033-623-15-64.

КВАРТИРУ 1-2-комн., на длительный срок, молодая семья, порядок и оплату гарантируем. Тел. 8-029-823-97-69, 97-2-51.

КВАРТИРУ 1-2-комн., на длительный срок, семья из 3 человек. Тел. 8-029-111-44-87.

КВАРТИРУ 1-2-комн., снимет молодая семья из 2 человек, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-033-325-00-31, 8-033-622-86-99.

КВАРТИРУ 1-2-комн., порядок и своевременную оплату гарантирую, срочно. Тел. 8-029-588-16-65, 8-044-539-80-79.

КВАРТИРУ 1-2-комн., на длительный срок, семья из 2 человек, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-029-631-26-95.

КВАРТИРУ 1-2-комн., на длительный срок, семья из 3 человек. Тел. 5-84-83, 8-029-347-03-97, 8-029-347-05-45.

КВАРТИРУ 2-комн., семья военнослужащих, на длительный срок, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-029-559-19-22, 8-029-349-95-80 (Александра).

КВАРТИРУ 1-2-3-комн., молодая семья, в р-не ул. Брестской, порядок и оплату гарантируем, предоплата. Тел. 8-029-589-25-24, 8-029-581-98-91.

КВАРТИРУ 2-комн., на длительный срок, молодая семья, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-033-325-83-67.

КВАРТИРУ 2-3-комн., на длительный срок, молодая женщина, порядок и оплату гарантирую. Тел. 6-71-77, 8-029-970-34-84.

КВАРТИРУ 2-3-комн., на длительный срок, молодая семья, порядок гарантируем, возможна оплата за несколько месяцев вперёд. Тел. 8-044-556-38-37, 8-029-267-79-72.

КВАРТИРУ 2-3-комн., на длительный срок, молодая семья из 3 человек, возможна предоплата, аккуратность гарантируем. Тел. 8-033-312-07-77.

КВАРТИРУ 2-3-комн., или дом снимет молодая семья из 3 человек, с удобствами, порядок и своевременную оплату гарантируем. Тел. 8-029-524-01-96, 8-029-942-00-79.

УЧЕНЫЕ: КОКАИН БЫСТРО ИЗМЕНЯЕТ СТРУКТУРУ МОЗГА

Американские ученые считают, что потребление кокаина может в течение нескольких часов изменить структуру мозга.

Проведенные на животных эксперименты показали, что очень скоро после того, как наркотик попадает в кровь, в мозгу образуются и увеличиваются новые клеточные структуры, связанные с процессами обучения и запоминания.

По мнению исследователей из Калифорнийского университета, опубликовавших свои выводы в журнале Nature Neuroscience, таким образом организм делает первый шаг к наркозависимости.

Как показали опыты на мышах, у животных с наибольшими изменениями структуры мозга быстрей возникало пристрастие к кокаину.

В ходе экспериментов мышам предлагалось свободно исследовать две камеры, каждая из которых обладала собственным запахом и определенной текстурой поверхности. Как только грызуны выбирали наиболее понравившуюся, им делали инъекцию кокаина в соседней камере. Так формируется пристрастие.

Затем ученые с помощью лазерного микроскопа исследовали клетки мозга живых мышей.

У животных, которым вкалывали кокаин, а не воду, в течение двух часов после инъекции образовывалось большее количество дендритных шипиков – крошечных мембранных выростов на поверхности клетки, активно участвующих в процессе запоминания.

Выяснилось также, что большое значение при возникновении зависимости имеют место и обстановка, в которой происходит прием наркотика: грызуны впоследствии предпочитали ту камеру, где им была сделана инъекция.

После этого их поведение начинало подчиняться стремлению раздобыть еще дозу препарата.



«Исследование дает нам точное представление о том, как формируется тяга к наркотику», — заявил в интервью Би-би-си доктор Джером Брин из Института психиатрии лондонского Королевского колледжа.

Однако, добавляет доктор Брин, на данный момент пока неясно, как его результаты могут помочь в развитии методов лечения наркотической зависимости.

Русская служба BBC

Оказывается, быть голым полезно и естественно

Педиатры считают, что младенцы, пребывая голыми, стимулируют диапазон движения развития головного мозга, тем самым стимулируя рост нейронов. То же самое относится и к людям любых возрастов. Получается, что пребывание голышом, стоит считать, очень полезно.

Пребывая в одежде, человек подвергает себя атакам паразитов, которые и проявляются из носимых им же различных видов одежды. К сожалению, одежда, которую носим, является очень питательной средой для грибов и плохих бактерий, вызывающих грибковые инфекции, инфекции мочевыводящих путей, гниение ногтя на ногах. Клещи могут захватить вас в ваших же свитерах. Затянув галстуки и ремни на теле, люди создают препятствие нормальному дыханию.

Ходить босиком. Ходьба босиком в настоящее время считается лекарственным средством против болезни Альцгеймера, потому как придает мозгу повышенную активность, создавая новые цепочки нейронов.

Какова же польза от социальной наготы? По утверждению сторонников, это снижение стресса, насыщение любопытства о человеческом теле, снижение порно, наркомании. Также исследования показали, что подростки, пребывавшие в нудистских лагерях, стали намного счастливее, воспитаннее и вдумчивее. При таком подходе человек начинает осознавать, что стыдиться наготы глупо и смотреть на нагое тело с позором не есть разумно. Также исследования показывают, что нагие подростки становятся более рассудительными, не питают враждебности к людям других религий и национальностей.



Успокоение безумных мыслей. Массаж признается лекарственным средством в качестве терапевтического лечения психологических проблем, таких как депрессия, тревога, шизофрения, пограничное расстройство личности, трудности в обучении и при низкой самооценке. При стимулировании кожи массажем улучшается кровоток и лимфатическая система — дублирование тепла, проявление свободы, и улучшение циркуляции генерируется в наготе.

На сегодняшний день отмечается дефицит витамина D небывалыми темпами, так, например, до 75% подростков и взрослых в США получают недостаточное количество «солнечных витаминов». А их отсутствие является одним из факторов многочисленных болезней, включая рак, болезни сердца, остеопороз и диабет. Так что любой, кто обнажает свое тело, получает большое количество витамина D за малый промежуток времени.

Как ни странно, у истоков данной темы стоит понятие «натуризм», происходящее от латинского слова nature — природа.

В основе натуризма лежит максимальное приближение человека к природе, что несет в себе оздоровление как телесное, так и духовное. В давнишние античные времена люди занимались спортом голыми. Так, жизнь спартанцев проходила голышом. Римляне, например, пребывали нагими не только в банях, но и во время трапез, купаний, читая книги, решая политические вопросы, а также наблюдая за ходом театральных представлений. Даже гитлеровцы были ярыми сторонниками Freikorperkultur — «культуры свободного тела». Французский ученый-географ Элизе Реклю предлагал использовать наготу в социальных целях, отмечая гигиенические достоинства наготы с моральной и физиологической точки зрения.

Вот что отмечает Элизе Реклю в своих исследованиях: «Правильней было бы ставить вопрос так: что лучше для здоровья и гармоничного развития человека в физическом и моральном плане? Любой врач вам ответит: нагота полезней. Известно, например, что кожа восстанавливает свою жизненную энергию, если её беспрепятственно подставлять воздуху, свету и природным элементам. Ничто не мешает потовыделению, все органы восстанавливают свои функции; кожа становится мягкой и упругой и теряет бледность, как растение, лишенное света. Эксперименты показывают, что когда кожа лишена света, количество красных кровяных телец уменьшается вместе с гемоглобином. То есть жизнь становится менее интенсивной. Это лишнее доказательство тому, что прогресс цивилизации не всегда является таковым, а требует научного исследования».

В свое время даже Ленин считал, что в движении нудистов есть «здоровое пролетарское начало».

В 1953 году основана международная федерация натуризма (INF), работающая под эгидой ЮНЕСКО.

В наши же времена сторонников естественной культуры и образа жизни становится все больше и больше. Со всего земного шара нудисты встречаются и проводят время вместе. Они плавают на каноэ голыми, ездят на велосипедах голыми, катаются на лошадях голыми, бегают голыми, играют в волейбол голыми, настольный теннис, шахматы, танцуя, занимаясь йогой. А сколько же среди них ученых и политиков. Такие кинозвёзды, как Вилл Брюсс Уиллис и Натали Портман, были замечены голыми на Французской Ривьере.

И так какая же польза от наготы? Это забота о своем здоровье (отказ от вредных привычек, навязываемых обществом). Внимание к окружающим и борьба за право человека вести здоровый образ жизни. Забота об окружающей среде, поддержание экологии.

Работа над страхом перед людьми. Без одежды люди зачастую чувствуют себя беззащитными, поэтому, разоблачаясь, люди подают окружающим сигнал, что доверяют им, что может создавать атмосферу доброжелательности и открытости. Также люди становятся более чувствительными к окружающей среде. Очень неприятно ходить босиком, например, по окуркам и разбитым бутылкам. Прекращая защищать себя одеждой от окружающей среды, люди острее чувствуют ее загрязнение.

Забота о себе — это мурашки по коже, не так ли?

Евгений ВОЛОДАЩУК
Подготовлено по материалам интернета

Войди в историю своего города

В жизни каждого человека случаются как радостные, так и горестные события. Ведь именно из них и складывается хроника нашей жизни, которая может быть интересна не только нам, но и нашим потомкам. Поэтому давайте вместе создавать историю нашего Слонима.

Если вы хотите, чтобы издание «Отдушина» написало о вашей свадьбе, рождении ребенка, известило о смерти ближнего и напечатало некролог под рубрикой "Войди в историю своего города", пишите нам по адресу:
г. Слоним, ул. Красноармейская, 41, тел.: 612-26-43, 5-09-27 (тел/факс) .

Поздравляем Романа и Викторию!

Роман нашел себе вторую половинку в интернете. Он заметил ее у друга на страничке в социальной сети. Попросил у него номер телефона и незамедлительно позвонил Виктории. На следующий день они встретились в реальной жизни. И вот тут-то произошел конфуз: на первом свидании Роман не произвел ожидаемого впечатления на Вику. И она не побоялась ему сказать об этом. Эта ситуация сильно зацепила Романа: такой парень, а девушка не желает продолжения истории.

— Роман увидел меня на страничке у своего друга, у которого случайно оказался мой номер телефона. Он позвонил мне и представился моим ангелом-хранителем. На первом свидании он мне не понравился, а я ему запала в душу. И он названивал мне и настаивал на встрече. Стали дружить и встречаться, правда в то время я училась в Гродно, поэтому встречаться было проблематично.

Однажды Роман пригласил меня домой, зажег свечи и в центре поставил колечко и сделал предложение руки и сердца.

Мы счастливы. В следующем году планируем поехать на море и там планируем завести малыша, — поведала о своей истории и поделилась планами на будущее Виктория.

Торжественная регистрация бракосочетания Романа Микулича и Виктории Прошкиной состоялась в Слонимском отделе ЗАГС. Родные и близкие желали молодоженам счастья и всех земных благ.



Добро пожаловать, Максимка!



В семье Светланы и Ивана Ваниславчик родился первенец. Малыш появился на свет 14 августа в 15 часов. Его вес — 3 кг 470 г, рост — 53 см. Нарекли родители своего сынульку Максимкой. Имя сыну выбирал глава семейства, который безумно счастлив. В день выписки жены из родильного дома Иван пожелал сыну крепкого здоровья.

— Я счастлив, что у меня первый родился сын. Желаю ему крепкого здоровья, расти сильным, умным, добрым, а остальное родители купят, — пообещал Иван.

Бабушка и дедушка тоже несказанно рады внуку.

— Это у нас первый внучек родился. Желаем ему здоровья, счастья, благополучия, чтобы рос на радость родителям, дедушке и бабушке, а мы чем сможем, будем помогать. И детям — счастья, любви, здоровья, всего самого чистого, доброго и светлого, — пожелали Лилия Ивановна и Вацлав Иванович, родители Ивана.

Анна ВОЛОДАЩУК
Фото автора

Главный редактор Виктор Владимирович Володащук

Учредитель
Виктор Владимирович ВОЛОДАЩУК

ГАЗЕТА ВЫХОДИТ НА РУССКОМ И БЕЛОРУССКОМ ЯЗЫКАХ

Телефоны редакции:
МТС: 8-029-584-87-32
Velcom: 8-029-133-04-21
факс: 8 (01562) 5-09-27
звонить с 9.00 до 18.00

Для корреспонденции: 231799, г. Слоним, ул. Красноармейская д.41
Адрес редакции: ул. Коссовский тракт, 37, офис 16
Юридический адрес: г. Слоним, ул. Красноармейская, 41

Над номером работали:
журналисты:
Анна ВОЛОДАЩУК
Екатерина ЯНУШЕВИЧ
Евгений ВОЛОДАЩУК
стиль-редактор
Жанна ПЛЕШКО

Тираж номера 5010 экз.

Время подписания к печати по графику 27 августа 2013 года 15:00

РЕКЛАМНАЯ СЛУЖБА
8-(044) 715-90-03
8-(044) 762-48-39
Рынок «Коссовский» Главный корпус каб. №14

Объем — два условных печатных листа.
Газета отпечатана в ГОУПП "Гродненская типография", Гродно, ул. Полиграфистов, 4.
индекс 230025
Заказ № 4698

Свободная цена

ISSN 1991-3362
9 771991 336003 31231

